

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
 Л. А. Матафонова/

Дата: 19.08.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/180	166/200
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	59/71
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	79
Обед		
Салат из солёных огурцов	25/30	82/87
Суп с рыбными консервами(сайра)	150/180	100/110
Каша пшеничная рассыпчатая	110/3 130/5	159/200
Гуляш Объедение из куриного филе	60/80	73/97
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Батон нарезной с повидлом	30/16 40/16	120/146
Кисель	150/180	22/26
Ужин		
Рагу овощное с мясом	170	106
Чай с сахаром	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1330/1532